

Magyar Pszichológiai Szemle, 2019, 74.1/7. 97–114
DOI: 10.1556/0016.2019.74.1.7

A HIPNOTIKUS INTERAKCIÓK FENOMENOLÓGIÁJA: ÚTBAN EGY ÚJ SZINKRONJELENSÉG FELÉ

VARGA KATALIN^{1*}

¹ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Intézet

E-mail: varga.katalin@ppk.elte.hu

Béérkezett: 2018. december 12. – *Elfogadva:* 2018. december 20.

A tanulmány elméleti megfontolásokat és empirikus adatokat mutat be a hipnotikus interakció résztvevői által átélt szubjektív élmények párhuzamos feldolgozásával kapcsolatban. A hipnotizőr és alanya élményeinek jellegzetes egybecsengése alapján a fenomenológiai szinkront is az interakciós szinkronjelenségek körébe sorolhatjuk. A modern anya–gyerek kutatásokat figyelembe véve a tanulmány konklúziója, hogy a hipnózis a kedvezőtlen korai élmények korrigálásának eszköze lehet.

Kulcsszavak: szubjektív élmények, fenomenológiai elemzés, interakciós szinkron, hipnotikus interakció, módosult tudatállapotok

* A tanulmány nagyban épít a szerző által a témában elkészített MTA doktora dolgozat téziszüzetére és védési anyagára.

A HIPNOTIKUS INTERAKCIÓ

A hipnózis *interperszonális* jellegét leginkább képviselő megközelítés, Bányai Éva szociál-pszichobiológiai modellje (Bányai, 1991) olyan módosult tudatállapotként fogja fel a hipnózist, amelynek mind szociális, mind biológiai szempontból adaptív értéke lehet. Bányai megközelítésének lényege, hogy ha egy sajátos szociális kontextusban hipnózisnak címkézünk egy helyzetet, lehetővé válik, hogy két személy meghatározott – rövid – ideig különösebb kockázat nélkül olyan intenzív kapcsolatba kerüljön egymással, amelybe egyébként csak szoros, intim személyközi viszonyokban (például szülő–gyerek kapcsolatban) kerül. A kutatások során feltárt hipnózistílusok – apai, anyai, baráti, szerelmes – az elmélet szerint az élet legfontosabb intim kapcsolatait modellálják (Bányai, 1991, 2008a; l. még Bányai tanulmányát a jelen tematikus számban, pp. 7–26.).

A budapesti hipnóziskutató laboratórium több interakciós szinkronjelenség vizsgálata révén igazolta a hipnózishelyzetben az alany és a hipnotizőr egymásra hangolódását. Ezek közé tartozik az alany hipnabilitásával összefüggő agyféltekei teljesítményeloszlás, szinkronizált elektromiográfiás változások (Bányai, 1985a, 1985b), a hipnotizőr szövegében mutatkozó jellegzetes változások, így a szöveg hosszának módosulása (Bányai, Gósi-Greguss, Vágó, Varga és Horváth, 1990), eltérés a standard szövegtől (Bányai, Gósi-Greguss és mtsai, 1990; Gósi-Greguss, Bányai, Varga és Horváth, 1992), az alany és a hipnotizőr közötti tükörtartás, a hipnotizőr testmozgásának igazodása az alany légzésének ritmusához, a légzésritmus és a szívritmus összehangolódása (Bányai, 1991, 2008a, 2008b).

A viselkedéses és élettani mutatók „kemény” adatai mellett végig gondot fordítottunk a hipnotikus interakció résztvevői *élményvilágának* megismerésére, feltárására és egymásra vonatkoztatott feldolgozására is. A jelen tanulmány e témakörben végzett kutatásainkat foglalja össze.

A MEGKÖZELÍTÉS SAROKKÖVEI: FENOMENOLÓGIAI HANGSÚLY INTERAKCIÓS KERETBEN

A fenomenológiai és interakciós szempontok megjelenése a hipnóziselméletekben

Függetlenül attól, hogy valaki milyen elméleti táborba tartozik – azt vallja-e, hogy a hipnózis sajátos állapot vagy pedig hogy kognitív és szociálpszichológiai fogalmakkal magyarázható jelenség – a hipnózishoz kötődő *szubjektív élmények* minden hipnóziselmélet számára relevánsak. Kihlstrom (2008, 41.) szerint a módosult tudatállapotra, illetve a szociálpszichológiai tényezőkre összpontosító elméleti megközelítések különbségeit a következő módon lehet feloldani:

„A hipnóziskutatás »harmadik útja« a hipnózist egyszerre tartja olyan állapotnak, amely (néha) alapvető kognitív változásokkal jár, és olyan szociális interakciónak, amelyben a hipnotizőr és az alany meghatározott céllal találkoznak egy tágabb szociokulturális kontextus keretében” (kiemelés az eredetiben). Az tehát, hogy a hipnózis

személyközi folyamat, egyáltalán nem zárja ki azt, hogy egyúttal tudatállapot-módosulás is történjen ennek során, és megfordítva: a tudatállapot-módosulás szubjektív kísérőjelenségeit lehetséges/érdemes személyközi keretben vizsgálni.

Természetesen adódó lehetőség, hogy a hipnózist olyan módosult tudatállapotként fogjuk fel, amely az összehangolódással jellemezhető interakciók modellje, és így az interakciók kutatásának fejlesztésére is felhasználható jelenség. A hipnózis ugyanis valójában olyan rövid távú interperszonális együttműködés, amelyet a tudatállapot módosítása révén, adott célra irányulva hoznak létre. Orne (1959) meghatározó jelentőségű írásában kifejtette, hogy a hipnózis lényege nem a viselkedés, vagy egyéb látható reakció létrejöttében vagy változásában rejlik, hanem éppen azokban a *szubjektív* élményekben, amelyekhez csak az adott személynek van belső hozzáférése. Fromm munkacsoportja is ebből az álláspontból kiindulva hangsúlyozza, hogy a hipnózis lényegének megértéséhez szükséges a hipnózis fenomenológiájának feltárása, kontrollált leírása, elemzése (Eisen és Fromm, 1983; Lombard, Kahn és Fromm, 1990). Cox és Bryant (2008) a hipnóziskutatást értékelő és elemző tanulmányában kiemeli, hogy a hipnózis alapvetően személyes élmény, így olyan módszerekre van szükség, amellyel ezt a kutatók képesek feltárni és elemezni.

A hipnózishoz társuló szubjektív megélés feltárását és elemzését célozza laboratóriumunk munkája is, ami nemzetközi szinten is újat nyújt abban, hogy ez az élményvizsgálódás (ezen belül a tudatállapot módosulására utaló adatok gyűjtése) kiterjed az interakció *mindkét* résztvevőjére, tehát az alany mellett a hipnotizőr élményeit is vizsgáljuk.

A fenomenológiai és interakciós szempontok megjelenése a hipnóziskutatásokban

A modern hipnóziskutatásban a szubjektív élmények „saját jogon” való – tehát nem a viselkedéses adatokat kiegészítő – vizsgálata még a hipnotizált személy esetében is ritkaság, a hipnotizőr élményei pedig lényegében ismeretlenek, főképp a kísérleti szakirodalomban. Így egyelőre feltáró jellegűnek tekintendő a hipnotikus interakció fenomenológiai elemzése. Mindebből következik, hogy a tényleges hipnóziskutatás terén elvétve jelenik meg az interakciós szemlélet, s ha igen, akkor is meglehetősen sajátos módon.

Bár egyes elméletalkotók hangsúlyozzák, hogy hipnotizőr is része a folyamatnak, a hipnózis hatását továbbra is csak az alany viselkedésében kívánják megragadni (pl. Sheehan, 1971, 1980; Barnier és McConkey, 1999). A hipnotizőr *maga* mint az alannal egyenrangú – és vizsgálódásra érdemes – interakciós partner (még) nem jelenik meg. A kísérleti manipulációk gyakran jelentősen módosítják a „természetes” interakciós helyzetet, s a hipnotizőrök kénytelenek a kísérleti elrendezés szerint dolgozni (személytelenné téve az ülést, negatívan értékelve a kísérleti személyeket és így tovább – lásd például Lynn, Weekes, Neufeld, Zivney, Brentar és Weiss 1991; Perry és Sheehan, 1978; Sheehan, 1971, 1980; Sheehan és Dolby, 1979). A tényleges, spontán interakcióról így esély sincs adatokat szerezni.

Whitehead (1996; Whitehead, Noller és Sheehan, 2008) és kutatócsoportja kivételes módon a hipnotikus interakció megragadására törekszik, bár – egyelőre – csak

a hipnotizőri élményekre összpontosítanak. Standard próbákat alkalmazó kísérleti hipnózisok elemzésével kimutatták, hogy a hipnotizőrök már a hipnózis korai szakaszában alanyaik azon viselkedéses és egyéb jegyeire koncentrálnak, amelyeket lényegesnek gondolnak a hipnózis, és különösen az alany hipnabilitásának megítélése szempontjából.

Whitehead vizsgálatai felhívják a figyelmet arra, hogy a hipnotizőr sokkal inkább „jelen lévő”, élő és meghatározó szereplője a hipnózis helyzetének, mint azt korábban gondoltuk. Külön kiemelik a hipnotizőr szubjektivitását, ami adott esetben torzíthatja a kísérleti hipnózisokban feltételezett objektív hozzáállást.

A fenomenológiai elemzések célja és helye az interakciós modellek körében

Néhány szerző hangsúlyozza – főképpen a hipnózis klinikai alkalmazása terén – a hipnózis interakciós természetét, ám az empirikus adatok szisztematikus feltárása és elemzése mindeddig nem történt meg.

Gill és Brenman (1959) a hipnózist úgy határozzák meg, mint két ember tudattalan fantáziájának összekapcsolódását, és a „hipnotikus állapot” kifejezés helyett a „hipnotikus kapcsolat” fogalmát javasolják. Szerintük a hipnotikus interakcióban az egyik személy nyílt viselkedése éppen a másik rejtett fantáziáinak felel meg, és fordítva.

Baker (2000, 56.) tanulmánya igen szemléletesen mutatja be a hipnózis élményvilágának interakciós szemléletű megközelítését, amikor így ír:

A hipnotizőr és alanya vagy a hipnoterapeuta és páciense közötti interszubjektív mező konstruktuma számos dinamikus folyamatot foglal magába, amelyek elősegítik, meghatározzák és megmagyarázzák a hipnózis lényegét, az egyéni bevonódást és abszorpciót, és abbéli szerepét, hogy megváltoztassa a gondolatokat, érzéseket és viselkedéseket. Ebből a szemszögből nézve a hipnózis fenomenológiája tekinthető olyannak, mint ami interaktív térben fogan, amely a kölcsönös rítusok és „indukció” megalkotás által megkötött, és amely a kölcsönösen kialakított kutatási vagy pszichoterápiás keretekbe ágyazódik, ami ugyanakkor átlépi és túlhaladja a határokat a „bent” és „kint”, az élmény és szimbolizáció, az autisztikus és megosztott, és talán még az „én” és „másik” között is.

Saját kutatásaink alapvető célja a diádikus interakció tagjai által átélt, adott interakcióval kapcsolatos élmények fenomenológiai vizsgálata és az interakciós partnerek élményeinek összevetése.

A fenomenológia fogalmát a *közvetlen megtapasztalt, az átélő számára adott élmény* értelmében használom. Az erre való reflexió, az introspektív tudatosság teszi lehetővé a verbális hozzáférést (Stern, 2004). A megközelítés során tudatosan igyekeztünk kizárni, félretenni minden addigi ismeretet, akár elméletet a hipnózishoz kötődő élményekkel kapcsolatban. Arra törekedtünk, hogy mennél közvetlenebb módon tudjuk megragadni a résztvevők megélt élményeit, melynek objektifikációja az azokról való beszámoló (Eatough és Smith, 2008).

A jelen megközelítés szemléleti kerete az interakciók szabályozásának modelljei közül az „arousal- és affektusalapú” magyarázatokból indul ki, amely leegyszerűsítve így vázolható:

arousalváltozás → érzelem → viselkedéses válasz

Vagyis a modell arra a folyamatra fókuszálja a figyelmet, ahogy a társas közegben létrejövő *arousal*változás *érzelmi* változásokat hoz létre, amelyek a *viselkedéses* válaszok alapját képezik. Az egyes modellek a fenti oksági lánc első szemeként különböző tényezőket képzelnek el, például az intimitás fokozódását vagy a preferenciák és a személyes kapcsolati előtörténet alapján kialakult elvárásokat stb. Az empirikus kutatások általában az oksági lánc utolsó elemére, azaz a viselkedésre összpontosítottak, elhanyagolva a láncolat korábbi elemeinek vizsgálatát – amelyekkel kapcsolatban pusztán elméleti feltevéseket fogalmaztak meg.

Saját vizsgálatainkban a láncolat korábbi elemeiről, azaz az érzések és élmények szintjéről gyűjtöttünk adatokat. Célunk az adatok leíró elemzése volt, a kutatásnak ezen a szintjén oksági összefüggések feltárására nem vállalkoztunk.

A KUTATÁSAINK SORÁN HASZNÁLT MÓDSZEREK

Az interakciós szinkron megközelítése

Davis 1979-es tanulmányában kijelenti, hogy a magatartáskutatásban már bekövetkezett az a szemléletváltás, amely a figyelem fókuszát az individuálisról a társasra helyezi át. Ha ez az 1970-es évek végén leírt szemléletváltás tényleg megtörtént volna, akkor a legmodernebb kutatási módszerek felzárkóztak volna ahhoz a – közhelyessé csépelődött – alapigazsághoz, hogy az ember „társas lény”. Véleményem szerint azonban nem hogy 1979-ben, de még napjainkban sem tapasztalható olyan általános áttörés, amit az interakciós szemlélet a gyakorlatban jelentene, és különösen késlekedik a módszertani váltás a felnőtt-felnőtt interakciók vizsgálatában. A megtorpanást nézetem szerint elsősorban módszertani nehézségek okozzák, ezért fontos, hogy a kutatások révén a pszichológia egyszerű vizsgálati helyzetekkel, és az interakciós szinkronjelenségeket kezelhető módon lelapogató módszerekkel bővüljön.

Az interakciós szinkronitás koncepcióját hagyományosan elsősorban a nyílt viselkedés szintjén figyelték meg, és fogalmilag is sokáig az interakciós felek viselkedésmintázatainak illeszkedésére, összehangoltságára vonatkozott. A kutatások viselkedésközpontúsága arra vezethető vissza, hogy az interdependenciát elsősorban anya–gyerek kapcsolatokban vizsgálták, ahol a gyerek oldaláról eleve kizárt a szubjektív élmények feltárása. Az interakciós szemlélet terjedése később magával hozta a nyílt viselkedés (mozgás, verbális megnyilvánulások) mellett a fiziológiai mutatók rendszerszemléletű vizsgálatát, ám kevés figyelem irányult a szubjektív élmények feltárására és vizsgálatára. Igaz, a szubjektív élmények vizsgálata módszertanilag, és sokak szerint elméleti értelemben is kérdéses. Különösen nehéz a szubjektív élményeket nem is az egyén, hanem a diád szintjén vizsgálni, figyelve nemcsak az egyéni élmények mintázatait, hanem azok egymástól való kölcsönös függését és az interakció során bekövetkező személyközi összehangolódás mértékét.

A szakirodalom fő irányvonalának, az interakciós szinkronitás élvonalbeli kutatásainak (pl. Bernieri, Reznick és Rosenthal, 1988; Bernieri és Rosenthal, 1991; Waugh, 2002) szemléletét elfogadva laboratóriumunkban kibővített értelemben használjuk az interakciós szinkronitás fogalmát. Interakciós szinkronitásnak tartjuk azt, ha az interakciós partnerek *bármely* mutatójában – fiziológiai mutatók, viselkedéses jelenségek, szubjektív élmények – illeszkedés, összehangolódás jön létre.

Ezt a tágabb értelmezést az alapozza meg, hogy a kutatók az interperszonális adaptáció viselkedéses mutatóira irányuló kutatások esetében is valójában a *szubjektív élmények* egybeesésére, összehangolódására kíváncsiak (Burgoon, Stern és Dillman, 1995). A viselkedésfókusz általában módszertani és nem elvi megalapozottságú: mivel ez élmény közvetlenül nem érhető el, azt remélik, hogy a viselkedés megfigyeléséből indirekt módon következtetni lehet az élményekre.

Az interakciós szinkron újzerű fogalmát vezetjük tehát be, amikor az érintettek fenomenológiai beszámolóí alapján azonosítunk szinkronmutatókat. E megközelítés jellemzői:

- Alapját a *tudatosan* megélt és *beszámolásra* képes (hozzáférhető) élmények képezik.
- A felek vagy a kutatók a közös interakciót *utólagosan*, egészlegesen értékelik.
- A *szinkron* léte (jellege) vagy hiánya csak az utólagos elemzéskor jelenik meg.

A hipnotikus interakció fenomenológiai elemzésére fejlesztett módszerek

Első feladatunk annak igazolása volt, hogy a hipnotikus interakció résztvevőinek még a kísérleti helyzetben is gazdag és jelentős élményadatai vannak. Megfelelő módszereket kellett kifejleszteni arra, hogy az interakciós helyzetben feltárhassuk ezeket az adatokat. Olyan módszerekkel szerettük volna gazdagítani a kutatási arzenált, amelyek használhatók mind a hipnotizőr, mind az alany esetében, nem hipnózisspecifikusak (tehát más helyzettel, interakcióval kapcsolatosan is alkalmazhatók) és nem hordozzák azt az elvárást, hogy a szubjektív élményekben jelentkező változás csak az erősen hipnábilisok sajátossága.

Az ülés atmoszférájáról tudósító: Diádikus Interakciós Harmónia kérdőív (DIH) (Varga, Józsa, Bányai és Gősi-Greguss, 2006; Varga és Józsa, 2013). Ez a mérőeszköz közvetlenül az interakció értékelését kéri annak résztvevőitől. Előnyei: rövid és egyszerű; könnyen alkalmazható az adatok párhuzamos feldolgozására; nem hipnózisspecifikus; nem korlátozódik a vizsgált hipnózisülésre, de klinikailag jelentős adatokkal is szolgál; alkalmas az interakciós felek közötti harmónia mértékének és mintázatának a jellemzésére.

A DIH eredetileg ötven tételt sorol fel, az interakcióban lévő felek egymástól függetlenül töltik ki a kérdőívet, ötfokú Likert-típusú skálán jelezve, hogy az egyes tételek milyen mértékben jellemezték az adott interakciót.

A standardizált DIH adatainak faktorelemzést végezve négy faktort kaptunk, lefedve a közös variancia 72%-át. Ezen faktorok alapján a kérdőív harminchárom tételének megtartásával négy alskálát hoztunk létre (három pozitív és egy negatív), mindegyik

jó belső konzisztenciával rendelkeznek: 1. *Intimitás* (olyan tételek tartoznak ide, mint például szenvedély, szerelem), 2. *Összhang* (például megértés, harmónia), 3. *Játékosság* (például humor, lelkesítő), 4. *Feszültség* (például szorongás, félelem).

A résztvevők szubjektív élményeibe bepillantást engedő papír-ceruza teszt, a Tudat Fenomenológiája Kérdőív (Phenomenology of Consciousness Inventory, PCI, Pekala, 1982, 1991a, 1991b) mindkét résztvevőnél alkalmazva (Varga, Józsa, Bányai, Gősi-Greguss és Kumar, 2001; 1. még jelen tematikus számban Józsa és mtsai tanulmányát). A PCI kérdőív ötvenhárom állítással, huszonhat dimenzióban méri a tudatosság szubjektív változásait: módosult élmények (testkép, időérzék, percepció, jelentés), pozitív érzelmek (öröm, szexuális izgalom, szeretet), negatív érzelmek (harag, szomorúság, félelem), figyelem (irány, koncentráció), képzelet (mennyeség, élénkség), éntudatosság, módosult tudatosság, arousal, racionalitás, akarati kontroll, memória, belső dialógus.

Ahogy korábbi adataink (Varga és mtsai, 1991, 1993, 1995, 1999, 2004) bebizonyították, a hipnotizőrök szabad beszámolóit a saját tudatállapotuk megváltozására vonatkozóan számos elemet tartalmaznak. Ezért a PCI nemcsak az alanyok, de a hipnotizőrök (vagy más módosult tudatállapotot átélő személyek) élményeinek kvantitatív vizsgálatára is alkalmazható.

Az eredeti szerzők a PCI-nek hipnózishelyzetben ötfaktoros pontozási módszeréről is beszámolnak, ahol csak öt faktorskálaérték jellemzi a személy élményeit (a korábbi huszonhat pontszám helyett). A magyar adatokon végzett konfirmatív faktoranalízis meglehetősen jó illeszkedést mutat az eredeti szerzők által leírt faktormodellhez (további részletek 1. Varga, Józsa és mtsai, 2001). Így kutatásainkban a hipnotizőr és az alany esetén is használhatjuk az öt faktorskálaértéket: 1. *Disszociált kontroll*, 2. *Pozitív érzelmek*, 3. *Negatív érzelmek*, 4. *Vizuális képzelet*, 5. *Belső folyamatokra irányuló figyelem*.

Az eredetileg az alanyra kidolgozott szabad élményeket feltáró módszer interakciós változata (Sheehan és McConkey, 1982, EAT módszere alapján), „Parallel Experiential Analysis Technique” PEAT (Varga, Bányai és Gősi-Greguss, 1994). Ennek lényege, hogy az eredeti hipnózisülés videófelvételét az alany és a hipnotizőr is, egymástól függetlenül, végignézi, és szabadon számolnak be élményeikről.

A PEAT segítségével kihasználható az a lehetőség, hogy a videófelvétel objektív idői adatokat kínál. Csekély időbeli változásokat is követni tudunk vele, így leírhatjuk az interakciós folyamat dinamikáját, és a résztvevők élményeinek időben összehasonlítható jellemzőiben feltárhatók az eltérések vagy egyezések.

Az *Archaikus Bevonódási Skála* (ABS, Nash és Spinler, 1989) *interakciós változata* (Bányai, Varga és Gősiné Greguss, 2001; Bányai, 2008; Tauszik, Bányai, Gősiné Greguss, Varga és Székely, 2006). A laboratóriumban hipnózisülésekkel kapcsolatban felvett ABS faktorszerkezete 593 személy adatai alapján némileg eltért az eredeti szerzők – Nash és Spinler (1989) – adataitól (Bányai, Varga és Gősiné Greguss, 2001). A magyar mintán kapott faktorok az alanyok skáláján: 1. *Csodálat és kötődés*, 2. *Félelem a negatív megítéléstől*, 3. *Függőségigény*.

A hipnotizőrök ABS-adatainak faktoranalízise három faktort eredményezett: 1. Kötődés és pozitív kapcsolat, 2. Gondoskodás és törődésigény, 3. *Kontrolligény és félelem a negatív megítéléstől* (1. a jelen tematikus számban Bányai, Józsa és Költő tanulmányát, pp. 45–61.).

A FENOMENOLÓGIAI SZINKRON KUTATÁSÁNAK FŐBB EREDMÉNYEI

Az elmúlt évtizedek során elméleti, módszertani, illetve empirikus eredmények is születtek. Ezek részletes adatai elérhetők a cikkeinkben, valamint a témát összefoglaló kötetben (Varga, 2017), ezért ehelyütt csak az egyes kutatási lépések főbb eredményeit ismertetem.

Kvantitatív kutatási eredmények is megerősítették a szabad élménybeszámoló kvalitatív elemzésének tanulságát. A hipnotizőrök a tudatállapot módosulásának jellegzetes élményeiről – módosult testélmény, időélmény, tudatállapot (state of awareness), csökkent racionalitás – adnak számot, mennél hipnábilisabbak maguk is, annál inkább (Varga, Józsa és Kecskés, 2014).

Ezek a dimenziók számos szerző szerint a módosult tudatállapot élményének kulcsmozzanatai (Farthing, 1992; E. R. Hilgard, 1977, 1991; J. R. Hilgard, 1979; Tart, 1972; Vaitl és mtsai, 2005).

Kimutattuk, hogy – a viselkedéses válaszokhoz hasonlóan – a hipnózishoz kapcsolódó élmények (is) szimulálhatók, amennyiben a szimulálásra felszólító instrukció kiterjed az élményfeltárási szakaszra is. A hipnotizőrök élményeiben ugyanakkor számos jelet tapasztaltunk, amely valamiféle zavarra utalt a szimulátorok hipnotizálása közben (Bognár, Varga, Bányai és Gősi-Greguss, 2000, 2002). Más szóval: a szimulálás leleplezésére inkább az interakciós megközelítésben mutatkozott esély, semmint a hipnotizált személy saját adatainak szintjén.

Összevetettük a hipnózis helyzetét más hétköznapi, illetve kísérleti helyzetekkel az átélők élményei mentén. Kimutattuk, hogy a helyzet megítélése szempontjából a hipnotikus interakció nem tér el jelentősen más helyzetektől (Józsa, 2012; Józsa, Varga, Bányai és Gősi-Greguss, 2011a, 2011b). Ezt úgy értékelhetjük, hogy a hipnózis számos más interakciós helyzet élménymintázatát közelítheti, mintegy modellálva azokat.

A két fél élményeit egymásra vonatkoztatva jellegzetes mintákat találtunk a hipnotikus interakció esetében.

Az interakciók jellemezhetők a felek élményei közötti összecsengés *foka*, illetve *jellege* mentén. Egyes esetekben magas a megegyezés az élmények között, míg más diádoknál egymástól független beszámolókkal találkozunk.

Olyan módszereket dolgoztunk ki, amelyekkel az élmények szintjén megjelenő szinkron foka megragadható. Kutatásainkban több megközelítést is alkalmaztunk az interakciós felek élményeiben jelentkező összhang fokának megragadására. Így a két partner értékei közötti *eltérés* mértéke, a kettejük értékének *korrelációja*, illetve a *klaszteranalízis* alapján képzett összhangmintázatok (klaszterek) szolgáltak az élményszintű interakciós összhang fokának kifejezésére (Józsa, 2012).

Feltártuk a hipnózis viselkedéses és szubjektív mutatóinak összefüggését. A hipnózis viselkedéses oldala és az interakcióra magára vonatkozó élmények oldala nem mutatott következetes együjtjárást, különösképp az interakciót magát értékelő mutatókon.

A fenomenológiai szinkron foka és a hipnotikus fogékonyság kapcsolatát elemezve nem találtunk következetes (lineáris) összefüggést a viselkedéses mutatókon alapuló hipnotikus szuszeptibilitásérték és az interakciós szinkron mutatója között (Varga, Józsa, Bányai és Gósi-Greguss, 2009, 2012). Ez az eredmény különösen jelentős, mert azt veti fel, hogy az élmények szinkronja a hipnotikus fogékonyságtól független dimenzió. Ezzel a szinkronitás a hipnózis kutatásában és terápiás alkalmazásában is új, fontos mutatóvá nőheti ki magát.

Idegnek, testvérek, illetve ikrek – valamint az őket hipnotizáló hipnotizőrök – élményanyagát feltárva megvizsgáltuk a fenomenológiai mintázatok és a rokonsági fok összefüggését. Azt találtuk, hogy – a viselkedéses pontszámokkal ellentétben – a fenomenológiai mutatók a rokonsági fokkal összefüggenek. Leglényegesebb adatunk, hogy az egyetűjű ikrek egymással magasán korreláló válaszokat adnak a hipnotikus interakció megítélésekor, noha egy időben, egymástól függetlenül vettek részt egy-egy hipnózisban (Varga, Bányai, Gósi-Greguss és Tauszik, 2013) még úgy is, hogy az ikerpárok hipnózisát más-más hipnotizőr végezte. Vagyis: vélhetően inkább a hipnózis-helyzetbe „magukkal hozott” interakciós minta szerint éltek meg az élményeiket, semmint az adott interakcióban velük ténylegesen együtt levő hipnotizőrrel.

A fenomenológiai mintázatok és a hipnózisstílusok kapcsolatát elemezve jellegzetes összefüggést mutattunk ki a fenomenológiai adatok, valamint az anyai és apai hipnózisstílusok konstruktumai között (Bányai, 1991, 1998, 2002a, 2002b; Varga, Bányai, Józsa és Gósi-Greguss 2008).

Megvizsgáltuk az oxitocinszint alakulását a hipnotikus interakcióban (Varga és Kekecs, 2014). Azt találtuk, hogy a hipnózis nyomán jelentkező oxitocinszint-változás nem az alany hipnotikus fogékonyságával, hanem a kapcsolati élményekkel mutat összefüggést. Az alanyban a hipnotizőrrel észlelt összhang esetén, a hipnotizőrnél pedig akkor nő az oxitocin szintje a hipnotikus interakciót követően, ha az alany saját szüleivel kapcsolatban kevésbé meleg érzelmi viszonyulás emlékeit őrzi (a szülőkre vonatkozó emlékekről és az alany hipnotikus fogékonyságával kapcsolatos eredményekről ld. Költő, Józsa és Bányai tanulmányát a jelen számban, pp. 63–78.).

MEGBESZÉLÉS

A hipnózis interszubjektív természete

Vizsgálatainkban a fenomenológiai szintre is kiterjesztettük az interakciós szinkron fogalmát. Véleményünk szerint legalább olyan informatív az élmények szintjén vizsgálni az összecsengéseket a diádikus interakció résztvevői között, mint a viselkedéses vagy elektrofiziológiai szinten.

A közvéleményben, sőt a modern hipnóziskutatásban is általánosan követett egyirányú, lineáris felfogás, hogy a „hipnotizőr hipnotizálja az alanyt”. Eredményeink azt

mutatják, hogy ezt a megközelítést feltétlenül árnyalni kell. A hipnotizőr tudatállapotának módosulását igazoló adataink a hipnózis reciprok, kétirányú jellegére utalnak – legalábbis az élmények tükrében. Ez megfelel annak a szemléleti elmozdulásnak, hogy a hipnózis inkább interszubjektív keretben konstruált, és nem (egyirányúan) intraszubjektíven okozott jelenség (Baker, 2000). A hipnotizőr és alanya kölcsönösen hatnak egymásra, ám a hipnotizőr tartja magát a szerepe elvárásaihoz: figyelme inkább az alanyra irányul, kevésbé engedi bele magát a relaxált módosult tudatállapotba.

A transzállapotok gyógyító felhasználása során gyakori a gyógyító transzállapota (l. például sámánok), amelyet a beteg érdekében jár be (Hoppál, 2012). Különösen érdekes, hogy laboratóriumunkban mindezt egészségesekkel végrehajtott kísérleti hipnózisokban tudtuk igazolni, hiszen itt nem volt feladat sem a gyógyítás, sem a tudatállapot módosulása. Mintha a jelenség központi eleme lenne ez – ti. a hipnotizőr tudatállapotának módosulása –, ami még ilyen, látszólag semleges helyzetben is megmutatja magát.

A fenomenológiai szinkron a rokon fogalmak körében

A *fenomenológiai szinkron* számos rokon jelenséggel kapcsolható össze. A *rezonancia*, az *empátia* és az *áttétel* is ismert egymásra hangolódási formák.

Watkins (1992) az empátiától annyiban különíti el a rezonanciát, hogy a szakember az empátia esetén ugyan érzékeli, követi a kliens érzéseit, de maga nem éli át azokat. Az áttétel esetében a szakember a kliens életének fontos szereplői (jellemzően szülei) „pszichológiai paramétereit” veszi át, így a kliens úgy reagálhat a terapeutára, mintha az valóban a szignifikáns másik lenne. Ebben az esetben tehát nem közös (kölcsönös) az átélés, hanem a szakember *tárgya* a kliens érzéseinek.

A rezonancia semmiképp nem tükörképszerűen kölcsönös olyan értelemben, hogy nem egyforma jellegű, és nem egyforma léptékű. Watkins (1992, 282.) szavaival a terapeuta „mini” formában veszi csak át a kliens érzéseit. Az empatikus ráhangolódás nem automatikus, számos moduláló mozzanat színezheti, hogy valaki átveszi-e a másik érzéseit (l. De Vignemont és Singer, 2006). A hipnotizőr sokféle pozíciót vehet fel az alanyval való empatikus ráhangolódásban, ugyanakkor mindez fordítva is igaz: az alany például a hipnotizőr észlelt megbízhatósága, tapasztaltsága vagy számos más tényező mentén mehet bele – vagy épp tartózkodhat – a mélyebb egymásra hangolódástól.

A hipnotikus kapcsolat mint korrekatív lehetőség

A kötődésméletet egyre kiterjedtebben alkalmazzák az emberi társas interakciók és affektív szabályozás értelmezésére, ideértve az idegenekkel való kapcsolatot is, amely a mi kísérleteinket jellemzi. Ahogy a *szorongva* kötődőknél inkább várhatunk érzelmi empátiás összehangolódást, az *elkerülő* módon kötődők inkább hűvösebb, kognitív ráhangolódást mutatnának (Vrticka, Anderson, Grandjean, Sander és Vuilleumier, 2008).

Zelinka és munkatársai (2014) a kötődést mint a hipnózis lehetséges értelmezési keretét tárgyalják. A biztonságos kötődés jóllét- és egészségtámogató hatását szem

előtt tartva azt hangsúlyozzák, hogy a verbális csatornán közvetített hipnotikus szuggerációkat a biztonságos kötődés követelményeinek megfelelő nonverbális jelzésekkel kell kísérni: figyelem, válaszkészség, szenzitivitás, hozzáférhetőség, jóindulat.

A hipnózis terápiás alkalmazásánál különösen fontos a kötődési rendszer figyelembevétele, hiszen ennek dezorganizált állapota a szelf-struktúra széteséséhez vezethet (Fonagy, Luyten és Strathearn, 2011). Az anya kötődési stílusa összefüggést mutat az- zal, hogyan reagál gyermeke gondozást kiváltó jelzéseire (Strathearn, Fonagy, Amico és Montague, 2009). Kutatócsoportunk vizsgálatai arra utalnak, hogy a mentalizációs készségek és a hipnotikus fogékonyság közötti összefüggés hátterében a szülőkhöz való kötődés áll (Költő, 2015; valamint I. Költő, Józsa és Bányai tanulmányát a jelen tematikus számban, pp. 63–78.). A hipnózis kontrollált helyzetében megtapasztalt egymásra hangolódás az elfogadás, az intimitás és a biztonság talaján a mentalizáció átélésére, így korrekcióra adhat alkalmat.

Stern rendszerében az egyes szelf-fejlődési szakaszok nem zárulnak le, hanem rájuk rétegződnek a fejlődés újabb és újabb stádiumai. Tehát könnyedén „mód van visszatérni valamilyen, a korábbi fejlődési fázishoz hasonló állapotba” (Stern, 1985/2002, 34.).

Stern (2004) személyközi mátrix elmélete a mi interakciós szinkron fogalmunkkal analóg helyzetet tételez fel, amikor két elme ugyanannak a tapasztalásnak a része (az- zal a fontos különbséggel, hogy a mi vizsgálatainkban maga az összehangolódás nem feltétlenül tudatosul az interakciós partnerekben, az ő elméletében pedig hangsúlyo- zottan tudatos jelenségről van szó).

Csűrös (2011, 67.) vizuális imaginatív szinkronnal (Varga S. és Varga, 2009a, 2009b) kapcsolatos kutatása beszédes példáit hozza annak, hogy az egymásra hangolódást megélő, azt tudatosító személyek – pontosabban akiket szembesítünk ezzel – milyen pozitívan reagálnak az összecsengés tényére.

„Érdekes érzés volt és meglepő, hogy szinte mindig ugyanazokat rajzoltuk. [...] valahogy meg- erősített abban, hogy jó ember mellett vagyok.”

„Kicsit olyan érzés, hogy nem vagyunk egyedül a világban.

„Jó volt meggyőződni, hogy jó kezekbe adtuk egymást.”

„Nagyon jó érzés, már-már izgató, amikor tudatosul, hogy ilyen szimbiózisban élek vele. Ha ezt élem át, egyáltalán nem érzem magam egyedül (tudom, hogy azzal vagyok, akivel a legjobb).”

Szembeötlő, hogy milyen hangsúlyos élmény az amúgy együtt járó párok számára, amikor a kutatás kapcsán megtapasztalják a kettejük között levő sajátos interakciós szinkront. A kutatásainkban tetten ért élményszintű szinkron tehát nem azonos azzal, amikor a felek, vagy akár csak egy személy tudatosítja, hogy a másikat milyen közvetle- nül megéli, mennyire ráhangolódik.

A „mi érzés” (we feeling) a valóban megosztott érzés, a közös átélés tudatos megélé- sével az emberi egymásra hangolódás egyik kitüntetett formája. Stern (2004, 66.) – aki ezt *személyközi tudatosságnak* nevezi – egészen odáig megy, hogy „ezek azok a pillanatok, amelyek megváltoztatják az életet”. És itt fontos a *pillanat* kifejezés: csak az adott pilla- nat gyümölcse, csak akkor élhető át.

A kutatásainkban külső elemző utólagos összevetés eredményeként azonosított szinkronjelenségeket. Elképzelhető, hogy mindez alatt – a vizsgálat számára rejtőző – „mi érzés” vagy személyközi tudatosság pillanatai röppentek el.

A hipnózis korrekatív hatását tekintve talán épp az oxitocin lehet a közös háttér (lásd Kasos és mtsai tanulmányát a jelen tematikus számban, pp. 79–93.), legalábbis az affiliatív mozzanatok szempontjából. Egyes szerzők a centrális oxitocinhatás mind több vonatkozásának ismerete alapján a *teljes életciklus* központi mozgatójának tekintik ezt az anyagot, mintegy „közös nevezőnek” abban, hogyan alakulnak társas kapcsolataink (Lee, Macbeth, Pagani, és Young 2009).

A másik lehetséges közös mozzanat maga a szinkronicitás, ami a társas kontaktusok esetén, elsősorban az anyával való kapcsolat során alakul ki. Feldman (2015) szerint a szinkronicitás megélésére *szenzitív periódusok* vannak, ezek egyike a születést követő első életóra. Az ekkor átélt szinkronicitás az anyával akár hosszú távú hatással bírhat a gyerek társas életére, stresszkezelésére, érzelmi szabályozására és mentális egészségére.

Anya-gyerek párosokat vizsgálva Feldman (2015) arról számol be, hogy a nehézségeknek (pl. anyai depresszió vagy folyamatos trauma) kitétt gyerekek esetében a gyerek stresszreakciójának adaptivitása az *anyai* oxitocinrendszerrel függött össze: magasabb anyai oxitocinszint mellett magasabb szintű gondoskodás csökkentette a gyerekek sérülékenységet.

Vagyis: mintha – valóban – egy szervezet (rendszer) lenne az anya-gyerek páros, mintegy „kommunikálna” a felnőtt és a gyerek stressz és neurotranszmitter-háztartása. Éppen ilyen jellegűek a mi eredményeink is, amennyiben a hipnotizőrt a „felnőttnek”, az alanyt pedig a „gyereknek” feleltetjük meg.

Ehelyütt is kiemelem, hogy a hipnózisok esetén az alany szeme hagyományosan csukva van. Standard kísérleti helyzetben ez azt jelenti, hogy egy teljesen idegen helyen, teljesen idegen emberrel pár perc alatt oda jut, hogy csukott szemmel szavaz bizalmat a másiknak.

„A csecsemő elviseli a szeparációt, ha gondozója megbízható, a csecsemő szükségleteire odafigyelő anya. Ekkor a csecsemő például nyugodtan becsukhatja a szemét, mert biztos lehet abban, hogy az anya ott lesz, amikor újra kinyitja. Ez a bizalom létrejött” (László, 2005, 120.). Hipnózishelyzetben a szeparáció nem teljes, a hipnotizőr beszédével és az alanyra irányuló tekintete révén folyamatos kontaktust tart az alanyával. A csecsemőkor helyzet modellálásában talán ezek a kulcsfontosságú korrekatív elemek. Fontos szempont ebben a vonatkozásban, hogy a csecsemő Stern (1985/2002) elképzelése szerint *amodálisan* reprezentálja az őt körülvevő világot, és a gondozójával közös az aktivációs kontúrja, a különböző modalitásokból származó érzéletek dinamikus profilja (ún. „*vitalitás affektusa*”). Ez a működésmód szintén lehet olyan elem, amely közös nevezőre hozza a gyermekkori, illetve a hipnózisbeli élményeket, egyúttal korrekatív lehetőséget ad a „gondozónak” (hipnotizőrnek), például az affektív-indulati töltés szabályozásában.

ÖSSZEGZÉS

Ígéretes eredményeink ellenére azt kell mondanunk, hogy még várat magára az át-törés a hipnózis szakirodalmán belül az élménydimenzió kellő súlyú képviselésében. Jensen és munkatársai (2015) bio-pszichoszociális modelljükben a hipnózis mechanizmusait keresve azt hangsúlyozzák, hogy a hipnózis hatékonyságát nem érthetjük meg egyetlen faktor kiemelésével, az átfogó modellnek mindhárom szintet – biológiai, pszichológiai és szociális – egyaránt elemezni kell. A szociális vonatkozások körében a raport (az interakciós partnerek együttműködő érzelmi kapcsolata), valamint a kontextuális tényezők (például az elvárások) szerepét említik. Hangsúlyozzák ugyanakkor, hogy milyen kevés empirikus kutatás van ezen a téren, és keserédes büszkeséggel mondhatjuk, hogy csak a mi munkáinkat tudják idézni.

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

A tanulmány összeállítását a Magyar Tudományos Akadémia Lendület II. programja (N: LP-2018-21/2018) támogatta, Veres-Székely Anna vezetésével.

IRODALOM

- Baker, E. L. (2000). Reflections on the hypnotic relationship: Projective identification, containment, and attunement. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 48(1), 56–69.
- Bányai É. (2008). A hipnózis szociálpszichobiológiai modellje. In Bányai É., & Benczúr L. (szerk.), *A hipnózis és hipnoterápia alapjai* (pp. 379–429). Szöveggyűjtemény. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- Bányai, É. I. (1985a). *Interaction between hypnotist and subject: A social psychophysiological approach*. Invited paper presented at the 93rd Annual Meeting of the American Psychological Association, Los Angeles CA, August 1985.
- Bányai, É. I. (1985b). A social psychophysiological approach to the understanding of hypnosis: The interaction between hypnotist and subject. *Hypnos. Swedish Journal of Hypnosis in Psychotherapy and Psychosomatic Medicine*, 12, 186–210.
- Bányai, É. I. (1991). Toward a social-psychobiological model of hypnosis. In S. J. Lynn, & J. W. Rhue (Eds), *Theories of hypnosis: Current models and perspectives* (pp. 564–598). New York, NY: Guilford Press.
- Bányai, É. I. (1998). The interactive nature of hypnosis: Research evidence for a social-psychobiological model. *Contemporary Hypnosis*, 15(1), 52–63.
- Bányai, É. I. (2002a). Communication in different styles of hypnosis. In C. A. L. Hoogduin, C. P. D. R. Schaap, & H. A. A. de Berk (Eds), *Issues on hypnosis* (pp. 1–19). Nijmegen: Cure & Care Publishers.
- Bányai, É. I. (2002b). Hypnosis and mainstream psychology. In B. Peter, W. Bongartz, D. Revenstorf, & W. Butollo (Ed.), Munich 2000. *The 15th International Congress of Hypnosis. Hypnosis international Monographs*: 6. Munich: MEG Stiftung, 1–13.
- Bányai, É. I., Gösi-Greguss, A. C., Vágó, P., Varga, K., & Horváth, R. (1990) Interactional Approach to the Understanding of Hypnosis: Theoretical Background and Main Findings. In

- R. Van Dyck, Ph. Spinhoven, A. J. W. Van der Does, Y. Van Rood, & W. De Moor (Ed.), *Hypnosis: Current theory, research and practice* (pp. 53–69). Amsterdam: Free University Press.
- Bányai É., Varga K., & Gősiné Greguss A. (2001). Szuggesztív egyéniségek: archaikus bevonódás tanárok és hipnotizőrök között. In Pléh Cs., László J., & Oláh A. (szerk.), *Tanulás, kezdeményezés, alkotás. Barkóczy Ilona 75. születésnapjára* (pp. 313–336). Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- Barnier, A. J., & McConkey, K. M. (1999). Hypnotic and posthypnotic suggestion: Finding meaning in the message of the hypnotist. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 47(3), 192–208.
- Bernieri, F. J., Reznick, J. S., & Rosenthal, R. (1988). Synchrony, pseudosynchrony, and dissynchrony: Measuring the entrainment process in mother-infant interactions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 243–253.
- Bernieri, F. J., & Rosenthal, R. (1991). Interpersonal coordination: Behavior matching and interactional synchrony. In R. S. Feldman, & B. Rimé (Ed.) *Fundamentals of nonverbal behavior* pp. (401–431). Cambridge: Cambridge University Press.
- Bognár, Zs., Varga, K., Bányai, É. I., & Gősi-Greguss, A. C. (2000). *The subjective experiences of both the hypnotist and the subject in the real-simulating paradigm*. Paper presented at the 15th International Congress of Hypnosis, Munich, Germany, October 2–7, 2000.
- Bognár, Zs., Varga, K., Bányai, É. I., & Gősi-Greguss, A. C. (2002). The subjective experiences of both the hypnotist and the subject in the real-simulating paradigm In B. Peter, W. Bongartz, D. Revenstorf, & W. Butollo (Eds) *Munich 2000 – The 15th International Congress of Hypnosis. Hypnosis International Monographs No 6.* (pp. 199–207). München: MEG-Stiftung.
- Burgoon, J. K., Stern, L. A., & Dillman, L. (1995). *Interpersonal Adaptation. Dyadic interaction patterns*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cox, R. E., & Bryant, R. A. (2008). Advances in hypnosis research: Methods, designs and contributions of intrinsic and instrumental hypnosis. In M. R. Nash, & A. J. Barnier (2008) *The Oxford Handbook of Hypnosis* (pp. 312–336). Oxford–New York: Oxford University Press.
- Csűrös D. (2011). *A Vizuális Imaginatív Szinkron vizsgálata éber szituációban*. MA képzés szakdolgozata. Budapest: Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar. Kézirat.
- Davis, M. (1979). The state of the art. Past and present trends in body movement research. In A. Wolfgang (Ed.), *Nonverbal behavior: Applications and cultural implications* (pp. 51–66). New York: Academic Press.
- De Vignemont, F., & Singer, T. (2006). The empathic brain: how, when and why? *Trends in Cognitive Sciences*, 10(10), 435–441.
- Eatough, V., & Smith, J. (2008). Interpretative Phenomenological Analysis. In C. Willing, & W. Stainton-Rogers (Eds), *The SAGE Handbook of Qualitative Research in Psychology* (pp. 165–178). London: Sage Publishing.
- Eisen, M. R., & Fromm, E. (1983). The clinical use of self-hypnosis in hypnotherapy: Tapping the functions of imagery and adaptive regression. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 31(4), 243–255.
- Farthing, G. W. (1992). *The psychology of consciousness*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall, Inc.
- Feldman, R. (2015). Sensitive periods in human social development: New insights from research on oxytocin, synchrony, and high-risk parenting. *Development and Psychopathology*, 27(2), 369–395.
- Fonagy, P., Luyten, P., & Strathearn, L. (2011). Borderline personality disorder, mentalization, and the neurobiology of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 32(1), 47–69.
- Gill, M. M., & Brenman, M. (1959). *Hypnosis and related states*. New York: International University Press.

- Gősi-Greguss, A. C., Bányai, É. I., Varga, K., & Horváth, R. J. (1992). Slip of the Tongue – Slip of Hypnosis? Abstract. In *The Book of Abstracts of the 12th International Congress of Hypnosis*, Jerusalem, Israel, July 25–31.
- Hilgard, E. R. (1977). *Divided consciousness: Multiple controls in human thought and action*. New York, NY: Wiley and Sons.
- Hilgard, E. R. (1991). A neodissociation interpretation of hypnosis. In S. J. Lynn, & J. W. Rhue (Eds), *Theories of hypnosis: Current models and perspectives* (pp. 83–104). New York, NY: Guilford Press.
- Hilgard, J. R. (1979). *Personality and hypnosis. A study of imaginative involvement*. Chicago, IL: The University of Chicago Press.
- Hoppál M. (2012). Aktív-éber transz sámánritusokban. In Varga K., & Gősiné Greguss A. (szerk.), *Tudatállapotok, hipnózis, egymásra hangolódás* (pp. 303–317). Budapest: L'Harmattan Kiadó.
- Jensen, M. P., Adachi, T., Tomé-Pires, C., Lee, J., Osman, Z. J., & Miró, J. (2015). Mechanisms of hypnosis: Toward the development of a biopsychosocial model. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 63(1), 34–75.
- Józsa E. (2012). *Diadikus interakciós élménymintázatok hétköznapi és kísérleti helyzetekben*. Doktori (PhD) értekezés. Budapest: Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Doktori Iskola. Kézirat.
- Józsa, E., Varga, K., Bányai, É., & Gősiné-Greguss, A. (2011a). *Dyadic patterns of subjective experiences in experimental hypnosis session*. Paper presented at the 12th Congress of the European Society of Hypnosis (ESH) 16–20 August 2011.
- Józsa, E., Varga, K., Bányai, É., & Gősiné-Greguss, A. (2011b). *Dyadic patterns of subjective experiences in experimental hypnosis session*. Paper presented at the 12th Congress of the European Society of Hypnosis (ESH) 16–20 August, 2011.
- Kihlstrom, J. F. (2008). The domain of hypnosis revisited. In M. R. Nash, & A. J. Barnier (Eds). *The Oxford Handbook of Hypnosis* (pp. 21–41). Oxford–New York: Oxford University Press.
- Költő, A. (2015). *Hypnotic susceptibility and mentalization skills in the context of parental behavior*. Doktori (PhD) értekezés,. Budapest: Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Doktori Iskola, Budapest. Letöltve: 2019. 02. 26-án: <http://www.tinyurl.com/koltophd>
- László J. (2005). *A történetek tudománya. Bevezetés a narratív pszichológiába*. Budapest: Új Mandátum Könyvkiadó.
- Lee, H. J., Macbeth, A. H., Pagani, J. H., & Young, W. S. (2009). Oxytocin: The great facilitator of life. *Progress in Neurobiology*, 88(2), 127–151.
- Lombard, L. S., Kahn, S. P., & Fromm, E. (1990). The role of imagery in self-hypnosis: its relationship to personality characteristics and gender. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 38(1), 25–38.
- Lynn, S. J., Weekes, J. R., Neufeld, V., Zivney, O., Brentar, J., & Weiss, F. (1991). Interpersonal climate and hypnotizability level: effects on hypnotic performance, rapport, and archaic involvement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(5), 739–743.
- Nash, M. R., Spinler, D. (1989). Hypnosis and transference: A measure of archaic involvement. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 37(2), 129–144.
- Orne, M. T. (1959). The nature of hypnosis: Artifact and essence. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58(3), 277–299.
- Pekala, R. J. (1982). *The Phenomenology of Consciousness Inventory (PCI)*. Thorndale, P. A.: Psychophenomenological Concepts.
- Pekala, R. J. (1991a). *Quantifying Consciousness: An Empirical Approach*. New York: Plenum.
- Pekala, R. J. (1991b). *The Phenomenology of Consciousness Inventory*. Thorndale, PA: West Chester, PA: Mid-Atlantic Educational Institute.

- Perry, C. W., & Sheehan, P.W. (1978). Aptitude for trance and situational effects of varying the interpersonal nature of the hypnosis setting. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 20(4), 256–262.
- Sheehan, P. W. (1971). Countering preconceptions about hypnosis: an objective index of involvement with the hypnotist. *Journal of Abnormal Psychology Monograph*, 78(3), 299–322.
- Sheehan, P. W. (1980). Factors influencing rapport in hypnosis. *Journal of Abnormal Psychology*, 89(2), 263–281.
- Sheehan, P. W., & McConkey, K. M. (1982). *Hypnosis and experience: The exploration of phenomena and process*. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Sheehan, P. W., & Dolby, R. M. (1979). Motivated involvement in hypnosis: the illustration of clinical rapport through hypnotic dream. *Journal of Abnormal Psychology*, 88(5), 573–583.
- Stern, D. N. (1985/2002). *A csecsemő személyközi világa*. Budapest: Animula.
- Stern, D. N. (2004). *A jelen pillanat*. Budapest: Animula.
- Strathearn, L., Fonagy, P., Amico, J., & Montague, P. R. (2009). Adult attachment predicts maternal brain and oxytocin response to infant cues. *Neuropsychopharmacology*, 34(13), 2655–2666.
- Tart, C. T. (1972). *Altered states of consciousness*. New York, NY: Anchor Book Doubleday and Company Inc.
- Tauszik K., Bányai É., Gősiné Greguss A., Varga K., & Székely A. (2006). *Hipnotizőrök archaikus bevonódásának vizsgálata*. Poszter a Magyar Hipnózis Egyesület 17. Magyar Hipnózis Találkozóján, Budapest-Csillaghegy, 2006. május 5–7.
- Vaitl, D., Birbaumer, N., Gruzelier, J., Jamieson, G. A., Kotchoubey, B., Kübler, A., & Pütz, P. (2005). Psychobiology of altered states of consciousness. *Psychological Bulletin*, 131(1), 98–127.
- Varga K. (2017). *A hipnotikus kapcsolat élményvilága*. Budapest: Medicina Kiadó.
- Varga, K. Bányai, É. I., & Gősi-Greguss, A. C. (1993). The Hypnotist in the Hypnosis Interaction: Phenomenological Investigation. *Paper presented at the 6th European Congress of Hypnosis*, August 1993, Vienna, Austria. 14–20.
- Varga, K., Bányai, É. I., & Gősi-Greguss, A. C. (1991). *Investigating the phenomenological level of hypnosis within the social psychobiological model of hypnotic interaction*. Paper presented at the Second European Congress of Psychology, Budapest, Hungary, July 8–12, 1991.
- Varga, K., Bányai, É. I., & Gősi-Greguss, A. C. (1994). Parallel application of the experiential analysis technique with subject and hypnotist: a new possibility for measuring interactional synchrony. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 42(2), 130–139.
- Varga, K., & Kekecs, Z. (2014). Oxytocin and cortisol in the hypnotic interaction. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 62(1), 111–128.
- Varga, K., Bányai E., Gősi-Greguss A., & Tauszik K. (2013). Phenomenological aspects of hypnotic interactions: The effect of kinship. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 61(4), 401–415.
- Varga, K., Bányai, É. I., & Gősi-Greguss, A. C. (1995). The hypnotist in the hypnosis interaction: Phenomenological investigation. In E. Bölcs, G. Guttman, M. Martin, M. Mende, H. Kanitschar, & H. Walter (Eds), *Hypnosis, Connecting Disciplines. Proceedings of the 6th European Congress of Hypnosis in Psychotherapy and Psychosomatic Medicine, Vienna, August 14–20, 1993* (pp. 138–142). Vienna, Austria: Medizinisch-Pharmazeutische Verlagsgesellschaft mbH.
- Varga, K., Bányai, É. I., & Gősi-Greguss, A. C. (1996). *Harmony in phenomenology: a new way to measure interactional synchrony*. Paper presented at the 7th European Congress of Hypnosis, Budapest, Hungary, August 17–23, 1996.
- Varga, K., Bányai, É. I., & Gősi-Greguss, A. C. (1999). Hypnotists' Phenomenology: Toward the Understanding of Hypnotic Interactions. *Hypnos*, 26(4), 181–193.

- Varga, K., Bányai, É. I., Józsa E., & Gósi-Greguss A. C. (2008). Interactional phenomenology of maternal and parental hypnosis styles. *Contemporary Hypnosis*, 25(1), 14–28.
- Varga K., Bányai É., & Gósiné Greguss A. (2004). A hipnotizőr a hipnotikus interakcióban: a szubjektív élmények elemzése. *Pszichoterápia*, 13(3), 140–147.
- Varga K., & Józsa E. (2013). Új módszer a kétszemélyes interakciók szubjektív értékelésére: A Diádikus Interakció Harmónia kérdőív. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 68(3), 419–440.
- Varga, K., Józsa, E., & Kekecs, Z. (2014). Comparative analysis of phenomenological patterns of hypnotists and subjects: An interactional perspective. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 1(3), 308–319.
- Varga, K., Józsa, E., Bányai, É. I., & Gósi-Greguss, A. C. (2006). A new way of characterizing hypnotic interactions: Dyadic Interactional Harmony (DIH) Questionnaire. *Contemporary hypnosis*, 23(4), 151–166.
- Varga, K., Józsa, E., Bányai, É. I., & Gósi-Greguss, A. C. (2009). Patterns of interactional harmony: The phenomenology of hypnosis interaction. In G. D. Koester, & P. R. Delisle (Eds), *Hypnosis Theories, Research and Applications* (pp. 53–98). New York: Nova Science Publishers Inc.
- Varga, K., Józsa, E., Bányai, É. I., & Gósi-Greguss, A. C. (2012). Phenomenological synchrony and hypnotic susceptibility. *Contemporary Hypnosis and Integrative Therapy*, 29(2), 156–168.
- Varga, K., Józsa, E., Bányai, É. I., Gósi-Greguss, A. C., & Suhai-Hodász, G. (2004). *Hypnosis Interaction from an Evolutionary Perspective: the Patterns of Harmony in Phenomenology*. Paper presented at the 16th International Congress of Hypnosis Singapore, Book of Abstracts, 17. October 17–22, 2004.
- Varga, K., Józsa, E., Bányai, É. I., Gósi-Greguss, A. C., & Kumar, V. K. (2001). Phenomenological experiences associated with hypnotic suggestibility. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 49(1), 19–29.
- Varga S. K., & Varga K. (2009a). A vizuális imaginatív szinkron fogalma és mérése. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 64(2), 359–384.
- Varga, S. K., & Varga, K. (2009b). Visual imaginative synchrony. *Contemporary Hypnosis*, 26(3), 146–158.
- Vrticka, P., Anderson, F., Grandjean, D., Sander, D., & Vuilleumier, P. (2008). Individual attachment style modulates human amygdala and striatum activation during social appraisal. *PLoS ONE*, 3(8), e2868.
- Watkins, J. G. (1992). *Hypnoanalytic techniques*. New York: Irvington Publishers.
- Waugh, R. M. (2002). *A Grounded Theory Investigation of Dyadic Interactional Harmony and Discord: Development of a Nonlinear Dynamical Systems Theory and Process–Model*. Dissertation, University of Texas, Austin.
- Whitehead, S. (1996). *A phenomenological approach to understanding the nature of the hypnotist-subject interaction*. Paper presented at the 7th European Congress of Hypnosis, Budapest, Hungary, August 17–23.
- Whitehead, S., Noller, P., & Sheehan, P. W. (2008). The hypnotist in the hypnosis interaction: The impact of first impressions on perceptions of hypnotizability. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 56(4), 394–424.
- Zelinka, V., Cojan, Y., & Desseilles M. (2014). Hypnosis, attachment, and oxytocin: An integrative perspective. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 62(1), 29–49.

THE PHENOMENOLOGY OF HYPNOTIC INTERACTIONS:
TOWARDS A NEW SYNCHRON PHENOMENON

VARGA, KATALIN

The paper presents theoretical considerations and empirical data about the parallel processing of subjective experiences reported by participants of hypnotic interaction. On the basis of the characteristic concordances of the experiences of the hypnotist and the subject, the phenomenological synchrony can be classified as an interactional synchronous phenomenon. Based on modern mother-to-child research, the conclusion of the study is that hypnosis can be a tool for correcting unfavourable early experiences.

Keywords: *subjective experiences, phenomenological analysis, interactional synchrony, hypnotic interaction, altered states of consciousness*

A cikk a Creative Commons Attribution 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>) feltételei szerint publikált Open Access közlemény, melynek szellemében a cikk bármilyen médiumban szabadon felhasználható, megosztható és újraközölhető, feltéve, hogy az eredeti szerző és a közlés helye, illetve a CC License linkje és az esetlegesen végrehajtott módosítások feltüntetésre kerülnek. (SID_1)